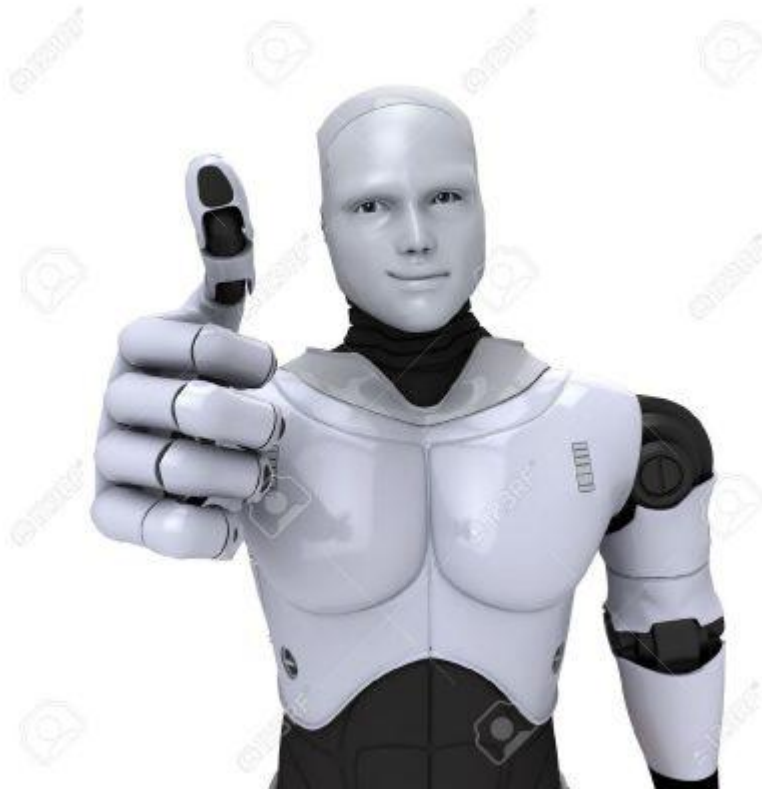


# DEOTOMATISASI KEBIASAANMU

Posted by [Osho Indonesia](#) | Jan 9, 2017 | [Books](#), [Discourses](#) | [0](#)



Jika engkau mulai belajar mengemudi, awalnya engkau harus sangat waspada – waspada akan begitu banyak hal, roda, gas, rem dan kopling dan orang-orang di jalan .... Perlahan-lahan ketika engkau telah belajar untuk mengemudi, engkau tidak perlu memikirkan apa-apa sama sekali. Segala sesuatunya telah menjadi otomatis....

Ini adalah kebutuhan hidup, jika tidak, engkau tidak akan dapat melakukan banyak hal. Jadi apapun yang telah engkau pelajari selalu ditransfer kepada robot. Robot melakukannya dan engkau bebas untuk belajar sesuatu yang lain. Ini sangat baik dalam kehidupan biasa, namun perlahan-lahan robot menjadi semakin besar dan lebih besar dan kesadaranmu tetap kecil.

Usaha yang kita perlu lakukan untuk diri kita sendiri adalah mengambil alihnya dari robot, proses deotomatisasi. Dan engkau akan terkejut: jika engkau deotomatisasi proses manapun, kesadaran yang besar akan terlepas.

Berjalanlah secara sadar selama setengah jam dan engkau akan terkejut betapa sunyi, betapa damai dan betapa tenangya engkau melihat dan merasakan. Satu jam mengamati napasmu akan membawa begitu banyak kesunyian dan begitu banyak kewaspadaan, yang tidak pernah engkau rasakan dalam hidupmu. Dan itu membawa perbedaan. Itu adalah perbedaan yang membawa perbedaan, yang mengubah seluruh hidupmu secara perlahan-lahan. Kemudian engkau dapat mengubah segalanya; makan, berjalan, bernapas-bahkan bercinta bisa menjadi sangat sangat sadar, fenomena yang penuh kewaspadaan.

Lalu dari mana-mana kesadaran terus mengalir masuk. Dan pelan-pelan keseimbangannya berubah; engkau menjadi lebih sadar daripada engkau tidak sadar.

OSHO – The Perfect Master Vol. 1, Chpt 7